



POKOCHAJ SIEBIE THETA KAIZEN

Paweł R. Stań

Tytuł:**„Pokochaj Siebie. THETA KAIZEN”****Czas trwania:** 64:40**Format pliku:** Mp3**Rozmiar:** 155 MB**Zawiera lektora:** tak**Zalecane słuchawki:** tak, WYMAGANE

Copyright © by Paweł R. Stań
Łódź 2019

Paweł R. Stań

ul. Wapienna 49/51 lok. 62

91-087 Łódź

www.Prekognicja.plFacebook: <https://www.fb.com/PrekognicjaPL>YouTube: <https://www.youtube.com/user/pawelstan24/videos>Instagram: <https://instagram.com/PawelRStan>

tel. +48 501 150 238

Wydanie I 2019

ISBN 978-83-65116-18-5

All rights reserved.

Wszelkie prawa zastrzeżone.

Niniejsza publikacja, ani żadna jej część, nie może być kopiowana, ani w jakikolwiek inny sposób reprodukowana, powielana, ani odczytywana w środkach publicznego przekazu bez pisemnej zgody wydawcy.

Spis treści

Czuć siebie	4
Twój cel w "Pokochaj Siebie"	4
Pokochaj Siebie THETA KAIZEN.....	5
Jak długo korzystać z pierwszej sesji?.....	5
Jak często korzystać z pierwszego nagrania	6
KONCENTRACJA i NIC NA SIĘ	6
Uwagi do medytacji	7
Medytacje, Afirmacje, Wizualizacje – KATALOG	10
HUNA (medytacja i modlitwa)	13
ODCHUDZANIE.....	13
OBE i ŚWIADOME SNY	15
NLP i HIPNOZA	18
Doskonalenie Umysłu – Metoda Silvy	19
na BLOGU.....	21
Darmowe afirmacje na Messengera 2019.....	22
Działy na Blogu	24
ANTYKARIERA – PASJA 2.....	24
Dwupunkt 1	24
Lotto Typowanie 5	24
Prawo Przyciągania 5	24
Transerfing rzeczywistości.....	24
PSYCHOSOMATYKA.....	24

Pokochaj Siebie THETA KAIZEN - album budujący i odnawiający dobrą relację ze sobą. Teraz jest ta chwila zatrzymania i zadania sobie tego pytania: "czy na pewno kocham siebie?"

KAIZEN najprościej opisać, jako sposób osiągania celu małymi krokami. Nie wspinasz się od razu na szczyt, bo to może zniechęcać do drogi. Skupiasz się tylko na jednym, małym kroku - takim, który możesz wykonywać bez napięcia, spokojnie.

Czuć siebie

Podczas korzystania z tego albumu nie ograniczasz się jedynie do słuchania. Przede wszystkim masz odczuwać! Zaczynasz od czucia swojego ciała, rozluźnienia ciała, sprawiasz, że odczuwasz i zauważasz ciało, myśli i uczucia. I obserwujesz je.

W czasie pierwszej i kolejnych sesji masz być jak gładka powierzchnia wody w bezwietrzny dzień. Na powierzchni wody nic się nie dzieje, jest tylko spokój. I kiedy to masz, wtedy słyszysz afirmację: *czy kochasz siebie?*

Afirmacja jest wtedy jak mały kamyk wrzucony do wody - na powierzchni tworzą się fale i rozchodzą się kręgami, aż nie odbiją się od czegoś i nie wrócą...

Twój cel w "Pokochaj Siebie"

Twoim celem **w czasie pierwszej sesji** jest tylko obserwowanie tego, co dzieje się w Twoim ciele, w Twoich myślach i uczuciach. Nic nie robisz. Tylko obserwujesz ciało - jeśli tworzą się gdzieś napięcia, skurcze, to rozluźniasz te miejsca. Jeśli Twój Umysł chce odpowiadać, polemizować, wyrażać swoje zdanie - obserwuj tylko

odpowiedzi. Powiedz sobie "OK, w porządku", gdy Umysł tworzy swoje monologi. Nie wdawaj się w wewnętrzne dialogi.

Zauważ, że kiedy jesteś w tym stanie, to jesteś czymś innym niż Twoje ciało, myśli i uczucia. Odczuwasz, myślisz, poruszasz się, ale jesteś czymś więcej.

Celem tych sesji nie jest uciekanie od tego, co myślisz, czujesz. Tutaj po prostu przyjmujesz to "do wiadomości" i dalej obserwujesz siebie. ("Podróż do Nadzorczy").

Pokochaj Siebie THETA KAIZEN

1. Pokochaj Siebie sesja 1: korzystaj w dniach 1-7
2. Pokochaj Siebie sesja 2: korzystaj w dniach 8-14
3. Pokochaj Siebie sesja 3: korzystaj w dniach 15-21
4. Pokochaj Siebie sesja 4: korzystaj w dniach 22-28
5. Pokochaj Siebie sesja 5: korzystaj w dniach 29 i kolejne.

Możesz wracać do wcześniejszych nagrań, jeśli czujesz taką potrzebę.

Jak długo korzystać z pierwszej sesji?

Tak długo, aż będziesz słyszeć afirmację "*czy kocham siebie?*" i będziesz odczuwać swoje ciało bez żadnych napięć i skurczów. Dla jednej osoby mogą to być 3 dni, dla drugiej tydzień, dwa, trzy.

Niebezpieczeństwo pierwszej sesji jest takie, że zaczynasz walczyć i "siłą woli" wymuszać lub blokować reakcje ciała, czy myśli. Nie rób tego! Po prostu obserwuj.

Jak często korzystać z pierwszego nagrania

Minimum 3 razy korzystasz z nagrania **w ciągu dnia**. Poza tym przed snem i po przebudzeniu samodzielnie wchodzisz w ten stan i na wdechu pytasz siebie: CZY KOCHAM SIEBIE? A na wydechu obserwujesz ciało.

Do kolejnej sesji przechodzisz, gdy w tej sesji nie ma już napięcia w ciele. Zmień sesję również w sytuacji znudzenia.

Pozycja ciała: wygodna dla Ciebie. Możesz siedzieć, leżeć lub stać. Nagrania są na tyle krótkie, aby nie pozwolić Ci zasnąć. Praca z pełnym oddechem dodatkowo powinna Cię doenergetyzować.

SŁUCHAWKI: WYMAGANE. W nagraniu wykorzystano dźwięki synchronizujące pótkule mózgowe i częstotliwości stymulujące fale theta mózgu (4,5 Hz, wygenerowane dzięki Neuro-Programmer 3 zgodnie z licencją komercyjną).

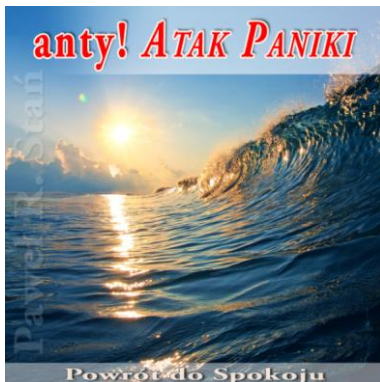
KONCENTRACJA I NIC NA SIĘ

Jeśli w którymkolwiek momencie poczujesz dyskomfort w związku z treścią afirmacji - zauważ to odczucie. Jeśli zauważysz pojawiające się inne myśli, i że odpływasz od tematu - zauważ to. Powiedz sobie: OK, teraz jest czas na inną pracę - i wróć do procesu. Możesz również tylko koncentrować się na oddechu i odczuciach z ciała.

Od trzeciej sesji ważne, aby aktywnie korzystać z nagrania.

Uwagi do medytacji

- Z nagrań możesz korzystać dowolną ilość razy w ciągu dnia. Przed kolejnym skorzystaniem zrób przynajmniej 20-30 minut przerwy.
- Pamiętaj, że nagrania to narzędzia pomagające utrzymać dyscyplinę, systematyczność, właściwy rytm oddechu.
- W każdej z sesji **oddychasz rytmicznie**, pełną piersią, czyli w danym przedziale czasu bierzesz pełny wdech i robisz pełny wydech, najlepiej przez nos. W każdej z sesji wydech jest 20% dłuższy od wdechu.



Katalog: medytacja prowadzona i afirmacje mp3

Decydując się na **wybór medytacji** prowadzonej weź pod uwagę **CEL**, do którego dążysz. Medytacje, które tutaj znajdziesz, w większości pomagają rozwiązywać określone problemy lub rozwijać określone cechy lub właściwości. Dzisiaj chyba nikt nie podważa prawdy, że nasz **Umysł ma olbrzymi wpływ** na...

[Czytaj więcej »](#)

TRENING AUTOGENNY
Schultza w 12 tygodni

Tydzień 1-2: Odczuwanie Ciężaru
Tydzień 3-4: Odczuwanie Ciepła
Tydzień 5-6: Rytm Serca
Tydzień 7-8: Kontrola Oddechu
Tydzień 9-10: Splot Słoneczny
Tydzień 11-12: Chłodne Czoło

Paweł R. Stań

REGULACJA CIŚNIENIA
PAWEŁ R. STAŃ

TRENING AUTOGENNY

SYSTEM IMMUNOLOGICZNY WZMACNIANIE

Paweł R. Stań

Paweł R. Stań
Zасыpianie
Zaprosz **SEN** do swojego łóżka...



Medytacje, Afirmacje, Wizualizacje – KATALOG

Katalog medytacji i afirmacji dostępnych na dzień 24.10.2018r.
Tytuły nagrań są odnośnikami do ich opisów.

AFIRMACJE Mp3

Afirmacje Sprzedaży cz.1 (afirmacje skutecznego handlowca)

Afirmacje Sprzedaży cz.2: relacje i nastawienie klientów

Afirmacje Miłości

Afirmacje Idealnego Partnera

Afirmacje **dla Kobiet w ciąży**

Afirmacje 1 czakry Podstawy

Afirmacje 2 czakry Krzyżowej, Sakralnej

Afirmacje 3 czakry Splotu Słonecznego

Afirmacje 4 czakry Serca

Afirmacje 5 czakry Gardła

Afirmacje 6 czakry 3 Oka

Afirmacje na Dzień Dobry – Programowanie Podświadomości

Afirmacje **Pracy i Zarabiania**

Afirmacje kontaktu z Bogiem

Afirmacje Asertywności (relacje z ludźmi)

Afirmacje Wybaczenia

Afirmacje OBE (afirmacje świadomości poza ciałem)

Afirmacje Pracy

Afirmacje Zdrowia (Oddech Zdrowia)

Afirmacje Uzdrawiania (aktywne afirmacje)

Afirmacje Skutecznego Uczenia się

Afirmacje **Kreatywności**

Afirmacje Witalności

Afirmacje **Wysokiej Samooceny i Akceptacji Siebie**

[Afirmacje Pieniędzy](#) i Bogactwa

Afirmacje na Prawo Jazdy dla Kobiety

Afirmacje **na Prawo Jazdy** dla Mężczyzny

Afirmacje pięknego ciała

Dobre relacje z pieniędzmi (hipnotyczne)

Afirmacje TRADERA rynku FOREX

Afirmacje wg **Louise L. Hay**

ZDROWIE i URODA

Medytacja dla Zdrowia

Oddech Zdrowia – Afirmacje

Układ immunologiczny (**wzmacnianie odporności**)

[Sposób na depresję](#) – Medytacja Ratunkowa

Afirmacje mp3 dla Zdrowia

Afirmacje Uzdrawiania

Sposób na bezsenność

[Jak rzucić palenie](#) dla kobiet

Sposób na rzucenie palenia dla mężczyzn

Motywacja do ćwiczeń

Motywacja do treningu

[Atak Paniki](#) – medytacja Powrót do Spokoju

Uzdrawiające Sny (inkubacja uzdrawiającego snu)

Uzdrawianie Śmiechem, Ciało

Medytacja Wewnętrznego Uśmiechu

Hipnoza na Ból głowy

Relaks dla Mamy – TOTALNA regeneracja

DOSTROJENIE – Powrót do Harmonii (medytacja)

Sposób na BEZSENNOŚĆ – medytacja prowadzona “Sen Zасыpanie”

Sen Polifazowy – Sypiaj jak Leonardo da Vinci

Relaks dla Twoich Oczu (palming)

Autoregulacja – wewnętrzna gimnastyka

Sposób na **stres w ciąży** – medytacja dla kobiet w ciąży

Afirmacje **dla kobiet w ciąży**

PRAWO JAZDY STRES i EGZAMIN

Trening antystresowy na prawo jazdy (wersja 2019!)

Pewność siebie w samochodzie (egzamin na Prawo Jazdy, wersja 2019!)

Trening mentalny na prawo jazdy

Afirmacje na Prawo Jazdy dla Kobiet (wersja 2019!)

Afirmacje na Prawo Jazdy dla Mężczyzn (wersja 2019!)

Sekret: **PARKOWANIE** – jak szybko znaleźć miejsce parkingowe (prawo przyciągania)

Aura Dobrego Kierowcy (sposób na stres na drodze)

RELACJE MIĘDZYLUDZKIE

Afirmacje asertywności

Afirmacje idealnego partnera

Afirmacje wybaczenia

PRAWO PRZYCZYNY I SKUTKU – Trudne związki i relacje – Spalanie Karmy

Tygiel Przemiany Energii **dla Związków i Relacji**

Pełne Słowa: KOCHAM – dla Ciebie (medytacja prowadzona)

Toksyczni Ludzie cz. 1 – jak sobie radzić ze złodziejami energii

Toksyczni Ludzie cz. 2 – odcinanie wampira energetycznego

DWUPUNKT (metoda dwupunktowa, medytacja prowadzona)

Dwupunkt – Stan bez myśli

Dwupunkt – Obecność w Przestrzeni Serca

Dwupunkt – Odczuwanie dwóch biegunów

Dwupunkt – Integracja dwóch biegunów

Dwupunkt dla OBFITOŚCI

HUNA (medytacja i modlitwa)

Modlitwa Huny

[Medytacja Huny](#) – Ogród Umysłu (tiki)

MANA – gromadzenie siły życiowej

Aktywacja 4 Żywiołów (medytacja prowadzona)

HUNA (komplet 5 nagrań)

ODCHUDZANIE

Slim Aura – **Chudnij przez Sen**

PODJADANIE – jak nie podjadać między posiłkami (zaburzenia odżywiania)

Motywacja do ćwiczeń

Motywacja do treningu

Piękne Ciało, Piękny Biust cz.1 – Afirmacje

Piękne Ciało, Piękny Biust cz.2 – Ładowanie Pragnienia

Piękne Ciało, Piękny Biust cz.3 – Aktywacja

Intensywna przemiana materii dla kobiet (cz.3)

Piękne Ciało, Piękny Biust (komplet plus)

[Dbaj o Ciało – dla Kobiet](#) (pakiet nagrań)

Zaczynaj od Siebie – Afirmacje dla Mężczyzn cz.1

Wzmacnianie pragnienia dla Mężczyzn cz.2

Intensywna przemiana materii dla Mężczyzn cz.3

SUKCES I BOGACTWO

PRAWO PRZYCZYNY I SKUTKU – Pieniądze – Spalanie Karmy

Lęk przed Porażką – jak pozbyć się strachu przed porażką?

Prawo Analogii – Krąg Przyjmowania i Dawania

Błogosławieństwo BOGActwa

Afirmacje pieniędzy

Afirmacje pracy

Praca i Zarabianie – Aktywne Afirmacje

Pełne Słowa: KOCHAM – dla Pieniądzy

Sekret – TECHNIKA 7 STOPNI

Sekret Katalizator

ANTYKARIERA – medytacje prowadzone

Medytacja Rytmu Obfitości

Przeptyw Uczuć

Wewnętrzny Ogień dla Kobiety

Wewnętrzny Ogień dla Mężczyzny

Zieleń i Złoto (medytacja Serca)
Wybaczenie – Otwarcie Serca
Krąg Przyjmowania i Dawania (prawo analogii)
Twórcza Wizja
Otwarte Drzwi (medytacja 6 czakry)
Medytacja Zestrojenia

LOTTO – jak wygrać w lotto dzięki INTUICJI

Prekognicja Lotto

Sny Lotto (sny wygrywających)
Sennik Lotto – Inkubacja Snu Lotto
Lotto Wygrywających (wspólna medytacja)
Prekognicja Euromillions
Prekognicja Eurojackpot
Prekognicja Powerball
Prekognicja Megamillions
Zakłady Sportowe – Prekognicja

LOTTO – KOMPLET NAGRAŃ

OBE i ŚWIADOME SNY

OBE Afirmacje

Pamięć Snów

Uzdrowiające Sny (inkubacja uzdrawiającego snu)
Projekcja Astralna: **Metoda Liny** – programowanie
Projekcja Astralna: Metoda Liny – doświadczanie OBE
OBE Wibracje (bezpośrednie opuszczanie ciała)

NAUKA i PAMIĘĆ

Nauka języka obcego z Radością i Entuzjazmem(programowanie podświadomości)

Medytacja Deep Synchro, Fast Learning

Koncentracja i Pamięć (Superlearning)

Afirmacje skutecznego Uczenia się

Quiet Mind Relax with Bethoven

Energizer Relax with Mozart

MEDYTACJA NA PŁYDZIE CD

Relaks w Cięży

Regresja Hipnotyczna – ZDROWIE

Regresja Hipnotyczna – PIENIĄDZE

Regresja Hipnotyczna – MIŁOŚĆ

PSYCHOMANTEUM – kontakt ze zmarłą osobą

Metoda Liny – Projekcja Astralna, OBE

Afirmacje 7 Czokr

Medytacja z Czokrmi

Trening autogenny

Metoda Dwupunktowa

Relaks dla Mamy

Trening antystresowy na Prawo Jazdy

7-minutowa MEDYTACJA

7-minutowa medytacja #1: ODDECH

7-minutowa medytacja #2: Oczyszczający Oddech

7-minutowa medytacja #3: ODDECH i AFIRMACJA

#10-1: Medytacja w RUCHU – ŚWIADOMOŚĆ CIAŁA

#10-2: Medytacja w RUCHU – STOPY

#10-3: Medytacja w RUCHU – WZROK i OCZY

#10-4: SŁYSZENIE w medytacji

#10-5: ŚWIADOMOŚĆ CIAŁA w medytacji

MEDYTACJA w RUCHU #10 (komplet)

7-minutowa medytacja #11: Oczyszczanie czakr

7-minutowa medytacja #13: Czakry - Uziemienie

MEDYTACJA prowadzona

Medytacja Prenatalna dla Kobiet w ciąży

Programy Rodziców – neutralizacja

Rozwiewanie żalu i urazy (medytacja wybaczenia)

Pozwolić odejść (medytacja prowadzona)

Sygnalizacja dla Intuicji

Świadomość Mistrza

Wewnętrzna Gimnastyka (medytacja w ruchu)

Dostrojenie (medytacja prowadzona)

Medytacja z Duchowym Mistrzem

Programowanie Kryształu – jak stworzyć własny amulet

Medytacja Ratunkowa – na depresję

Powtarzalność doświadczenia (medytacja)

Otwarte Serca (medytacja czytelników Nieznanego Świata)

Prekognicja – Pamięć Przyszłości

Medytacja w ruchu

Medytacja Wewnętrznego Uśmiechu

Medytacja z Podświadomością

Medytacja z Podświadomością 2018

Medytacja z Podświadomością 2 – Oczyszczanie czakramów

Medytacja z Podświadomością 2 (2018) – Oczyszczanie czakr

Medytacja z Piramidą

Auto-REGRESJA HIPNOTYCZNA

MEDYTACJA z CZAKRAMI

Medytacja czakry Podstawy

Medytacja czakry Krzyżowej

Medytacja czakry Splotu Słonecznego

Medytacja czakry Serca

Medytacja czakry Gardła

Medytacja czakry 3 Oka

Stymulacja 3 Oka (medytacja prowadzona)

Medytacja czakry Korony

Otwarcie 8 Czakry

Czakry – Przepływ Energii

Medytacja o 2 Sercach

Medytacja Czakry 1-7 (komplet)

7-minutowa medytacja #11: Oczyszczanie czakr

NLP i HIPNOZA

PODJADANIE – jak nie podjadać między posiłkami (zaburzenia odżywiania)

Jak pozbyć się BÓLU dzięki autohipnozie

Kontrola Czasu (time distortion)

Słuchaj gdy śpisz: KOCHANY i KOCHAJĄCY PARTNER

Słuchaj gdy śpisz: OBFITOŚĆ

Widzenie Mózgiem (naucz się widzieć z zamkniętymi oczami)

Powtarzalność Doświadczenia

Psychiczny budzik – Poranek – Jak budzić się bez budzika?

Tygiel Przemiany Energii dla Pieniędzy i Obfitości

Tygiel Przemiany Energii (podświadomość – zmiana wzorców)

Relaks **dla Oczu** (palming)

Pewność Siebie

ROZWÓJ DUCHOWY I OSOBISTY

[Spotkanie ze Zmarłymi](#), PSYCHOMANTEUM

[Telefon od Boga](#) (medytacja prowadzona)

Równowaga – Przepływ Energii

Świadomość Mistrza (medytacja, Intuicja)

Sygnalizacja dla Intuicji (medytacja, intuicja)

DOSTROJENIE – Powrót do Harmonii (medytacja)

Kontakt z Bogiem – Aktywne Afirmacje mp3 (mega paczka)

DUSZA – W poszukiwaniu zaginionej Duszy... cz.1

Widzenie Mózgiem (naucz się widzieć z zamkniętymi oczami)

Otwarte Serca – medytacja czytelników Nieznanego Świata

Doskonalenie Umysłu – Metoda Silvy

Doskonalenie Umysłu DU cz.1 – REFUGIUM

Doskonalenie Umysłu DU cz.2 – WIZUALIZACJA

Doskonalenie Umysłu DU cz.3 – BADANIE

Doskonalenie Umysłu DU cz.4 – LABORATORIUM

RELAKSACJA

Relaks dla mamy

Afirmacje dla Kobiet w ciąży

Pokochaj Siebie (relaksacja tylko dla kobiet)

Miłość to TY (relaksacja tylko dla kobiet)

Sen Polifazowy – Sypiaj jak Leonardo da Vinci

Wodospad (relaks)

Medytacja ZNAKU ZODIAKU

Medytacja Barana

Medytacja Byka

Medytacja Bliźniąt

Medytacja Raka

Medytacja Lwa

Medytacja Panny

Medytacja Wagi

Medytacja Skorpiona

Medytacja Strzelca

Medytacja Koziorożca

Medytacja Wodnika

Medytacja Ryb

Transerfing Rzeczywistości

Wybór Wariantu Rzeczywistości

Połączenie z Wszechświatem (wizualizacja, transerfing)

Podróż do Nadzorcy (wizualizacja)

Transerfing: GIMNASTYKA ENERGETYCZNA

BANK PRZESTRZENI WARIANTÓW (wizualizacja)

Aktualne PROMOCJE na Prekognicja.pl (kliknij tutaj)



na BLOGU

Na skróty:

[Traserfing Rzeczywistości](#) – założenia i kolejne elementy traserfingu, przestrzeń wariantów

[PSYCHOSOMATYKA](#) – jak interpretować objawy choroby: psychosomatyczny punkt widzenia

[Trening mentalny](#): trenowanie w wyobraźni – jak wizualizacja pomaga w sporcie

[**Regresja hipnotyczna**](#): czy warto pamiętać POPRZEDNIE ŻYCIE?

[Jak poziom “rozwoju” manifestuje się przez **Prawo Przyciągania**](#)

[**Jak przyciągnąć szczęście?**](#)

[Afirmacje: konsekwencje afirmowania i jak wykorzystać **wpływ afirmacji na fizyczną rzeczywistość**](#)

[**Prawo przyciągania a Świadomość przestrzeni, czyli “Zabieram się za Twój Portfel”**](#)

[Prawo Przyciągania: **Od czego zacząć osiągnięcie tego, co chcesz?**](#)
[Odpowiedź na list. FAQ](#)

[**Darmowe afirmacje na Messengera 2019**](#)

[**Afirmacje mp3 cz.1 – dlaczego przede wszystkim TAKIE?**](#)

[**Dwupunkt**, inaczej na temat](#)

[**Antykariera – Jesteś Twórcą, czy Ofiarą?**](#)

[Afirmacje czakry korony – 12-minutowe, bonusowe nagranie dla subskrybentów Biuletynu](#)

[**Jak powiększyć piersi dzięki medytacji?** Jak zmniejszyć piersi? Efekty medytacji Piękne Ciało Piękny Biust – przykład z życia.](#)

[**Psychosomatyczne znaczenie choroby wg Louise L. Hay** \(psychosomatyka\)](#)

[Czym jest Zdrowie? Programowanie Zdrowia](#)

[**SAMOUZDRAWIANIE** – Co robić, gdy zawodzą inne sposoby?](#)

[Eksperyment społeczny: **Jak w 3 SEKUNDY zmienić komuś dzień!**](#)

[PRACA, WYPALENIE ZAWODOWE, CO ROBIĆ, gdy już się nie chce?](#)

[Jak znaleźć idealnego Partnera, idealną Partnerkę?](#)

[Jak poradzić sobie ze smutkiem? 12 sposobów na smutek, depresję](#)

["Dziś był absolutnie najgorszy dzień"](#)

[6 CECH, dzięki którym TWÓJ SUKCES jest NIEUNIKNIONY](#)



Działy na Blogu

Afirmacje mp3 4

ANTYKARIERA – PASJA 2

CZAKRY 2

Dwupunkt 1

ezoteryka 4

FAQ 4

inspiracja 20

Lotto Typowanie 5

medytacja 5

nagrania 5

Prawo Jazdy Egzamin 3

Prawo Przyciągania 5

Radzenie sobie ze stresem1

świadomość +32

Sen i śnienie

Transerfing rzeczywistości

trening mentalny 5

Zdrowie +15

PSYCHOSOMATYKA